

1. 予定(アレルギー詳細)献立表は、食品表示法に定められている28品目を表示しています。
 食品表示法の一部改正により特定原材料に準ずるもの(推奨表示)にアーモンドが追加になりました。
 順次対応させていただきます。

特定原材料(義務表示)7品目	特定原材料に準ずるもの(推奨表示)21品目
卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに	アーモンド あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま くるみ カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ バナナ もも りんご まつたけ やまいも

2. 献立名の黒丸印(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。
 ()内の食品は対応アレルゲンを表示しています。
 ※除去食の対応アレルゲンは下記の7品目です。除去食の提供はアレルゲン7品目を含む
 和え物(サラダ、フルーツ和えを含む)・炒め物・煮物(カレー・シチュー・麺類を含む)・汁物などです。

除去食対応アレルゲン7品目	卵 乳 えび かに いか たこ ごま
---------------	--------------------

3. 加工食品は、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみを表示している場合もあります。
 4. しょうゆは(小麦・大豆)、酢、特濃酢は(小麦)の成分を含んでいます。月はじめて使用した日のみ、アレルゲンを表示しています。その日以降は表示していませんが、アレルゲンは同じです。
 5. 海藻類(あおさ、もずく、ひじき)、しらすやチリメン、カエリなどは、「えび・かに」が混ざる漁法で採取されていることから、「えび・かに」が混入することがあります。
 6. あさりなどの二枚貝には「かに」が共生しています。
 7. 天候やその他の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。
 8. 調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、砂糖、酒、酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、みりん、でんぷんを使用する場合があります。
 ※毎週木曜日は幼稚園欠食です。

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるもとになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもとになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるもとになる)</small>	調味料
1日 (木)	ぎゅうにゅう 牛乳	牛乳			
	ミートスパゲティ	豚肉,牛肉,豚レバー,大豆	スパゲティ(小麦),オリブ油,さとう,大豆油	人参,たまねぎ,セロリ,ピーマン,にんにく,マッシュルーム,トマト缶	ケチャップ,トマトピューレ,ミートソース(小麦,豚肉,大豆),ウスターソース,塩
	しおこうじや チキンの塩麹焼き	鶏肉			塩こうじ
	キャベツサラダ	鶏肉	さとう,オリブ油	人参,キャベツ,白菜,きゅうり,小松菜,シークワサー果汁	濃口醤油(小麦・大豆),酢(小麦),塩,粒入りマスタード
2日 (金)	牛乳	牛乳			
	むぎ(麦ごはん)		米,大麦		
	もずく(真)	もずく,豚肉	大豆油,さとう,でん粉	人参,たまねぎ,コーン,あお豆(大豆),生姜	濃口醤油,本みりん,酒,おろしにんにく,塩,花かつお
	とうがん 冬瓜のすましじる	鶏肉,白かまぼこ	でん粉	生姜,えのきたけ,とうがん,人参,ねぎ	花かつお,だし昆布,濃口醤油,塩
	けんさん 県産すいか(幼・小のみ)			すいか	
	ちゅうか 中華ポテト(中のみ)		さつまいも,植物油脂,グラニュー糖,水あめ,麦芽糖,赤糖,加工黒糖,大豆油		
県産青果無償提供(冬瓜170kg)					
5日 (月)	牛乳	牛乳			
	クファージュシー	豚肉,昆布,チキアギ(大豆),大豆	米,大麦,大豆油	人参,ねぎ,椎茸	花かつお,ポークフィヨン(鶏肉,豚肉),濃口醤油,うす口しょうゆ(小麦・大豆),本みりん,酒,塩
	いあつやきたまご アーサ入り厚焼き玉子	鶏卵,あおさ	でん粉,なたね油		だし汁(小麦,大豆),塩
ゴーヤーのツナマヨあえ	ツナ	ノンエッグマヨネーズ,さとう	ゴーヤー,きゅうり,たまねぎ,大根,人参,コーン	酢,塩	

日	献立名	赤の食品 (おもに体をつくるもとになる)	黄の食品 (おもにエネルギーのもとになる)	緑の食品 (おもに体の調子を整えるもとになる)	調味料
6日 (火)	牛乳	牛乳			
	コッペパン (幼・中のみ)		コッペパン (小麦、乳、大豆)		
	あげパン (小のみ)	きな粉 (大豆)	コッペパン (小麦、乳、大豆) 大豆油、黒糖、さとう、はったい粉		
	あさり <small>やさい</small> と野菜のスープ	あさり、無添加ベーコン (豚肉)	じゃがいも	人参、はくさい、キャベツ、しめじ	豚骨 (豚肉)、うす口しょうゆ、塩、こしょう、パセリ
	カラフルサラダ		アーモンド、さとう	大根、きゅうり、赤ピーマン、コーン	酢、濃口醤油、塩
	スラッピーショー (幼・中のみ)	牛肉、豚レバー、大豆	さとう、大豆油	たまねぎ、トマト缶	ケチャップ、デミグラスソース (小麦、鶏肉)、塩、チリパウダー
7日 (水)	牛乳	牛乳			
	ちらしごはん		米、さとう	人参、たけのこ、れんこん、かんぴょう、椎茸	醸造酢 (小麦)、醸造調味料、みりん、鰹風味調味料 (小麦)、昆布エキス、チキンエキス (鶏肉)、煮干エキス、食塩、しょうゆ (小麦・大)
	たなばたじる	魚そうめん (魚肉)		とうがん、人参、オクラ、生姜	花かつお、だし昆布、うす口しょうゆ、酒、塩
	さかな <small>しょうが</small> 魚の生姜焼き	さば	さとう		濃口醤油、酒、本みりん、おろししょうが
	ごぼう <small>わふう</small> の和風マヨネーズ和え	ちくわ	ノンエッグマヨネーズ、さとう	小松菜、白菜、きゅうり、人参、ごぼう、切干大根	うす口しょうゆ、酢、塩
	たなばた <small>ほし</small> 七夕お星さま三色ゼリー		七夕お星さま三色ゼリー (大豆)		
★七夕献立					
8日 (木)	牛乳	牛乳			
	むぎ麦ごはん		米、大麦		
	はるさめ春雨スープ	鶏肉	春雨	とうがん、人参、ねぎ、生姜、椎茸	豚骨 (豚肉)、チキンブイヨン (鶏肉)、うす口しょうゆ、酒、塩
	さかな <small>こうみ</small> 魚の香味だれ	とんぼまぐろ	さとう、ごま油、でん粉	長ねぎ	おろししょうが、濃口醤油、酒、本みりん、酢
ほい <small>ーろー</small> 回鍋肉	豚肉、厚揚げ (大豆)、赤みそ (大豆)	さとう、でん粉、大豆油	キャベツ、たまねぎ、人参、しめじ、にんにく	テンメンジャン (小麦、大豆)、濃口醤油、酒	
9日 (金) 美東小5年生欠食	牛乳	牛乳			
	おきな <small>なわ</small> (沖縄そば)		沖縄そば (小麦、大豆)		
	(スープ)	豚肉、チキアギ (大豆)		キャベツ、もやし、人参、椎茸、ねぎ	豚骨 (豚肉)、花かつお、濃口醤油、うす口しょうゆ、本みりん、酒、塩
	うむくじ <small>てん</small> 大づら		紅芋、もち粉、三温糖、大豆油		
モーウイ <small>ばいにくあ</small> の梅肉和え	糸けすり	さとう	モーウイ、きゅうり、大根、梅肉 (りんご、大豆)	酢、ゆかり	
12日 (月)	牛乳	牛乳			
	ごもく五目うどん	豚肉、油揚げ (大豆)	うどん (小麦)、さとう	はくさい、小松菜、人参、長ねぎ、椎茸、生姜	花かつお、だし昆布、濃口醤油、本みりん、酒、塩
	あべ <small>かわいも</small> 安倍川芋 (幼小1個、中2個)	きな粉 (大豆)	読谷産黄金芋、大豆油、さとう		
● <small>た</small> 豚しゃぶサラダ (ごま)	豚肉、わかめ	ごま、さとう	キャベツ、きゅうり、大根	ごまドレッシング (小麦、ごま、大豆)、濃口醤油	
13日 (火)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	シカムドゥチ	豚肉、黄色かまぼこ (大豆)	こんにゃく	とうがん、椎茸、生姜、ねぎ	花かつお、豚骨 (豚肉)、濃口醤油、塩
	さかな <small>て</small> 魚の照り焼	さば	さとう		塩、酒、濃口醤油、本みりん、おろししょうが
	クープイリチー	昆布、チキアギ (大豆)、豚肉	大豆油	切干大根、人参	ポークブイヨン (鶏肉、豚肉)、濃口醤油、本みりん、酒、塩、花かつお
あまがし (小・中のみ)	金時豆、緑豆	三温糖、黒糖、押し麦		塩	

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるもとになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもとになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるもとになる)</small>	調味料
14日 (水)	牛乳	牛乳			
	麦ごはん		米,大麦		
	マーボー ^{とうがん} 冬瓜	豆腐(大豆),豚肉,大豆, 赤みそ(大豆)	さとう,ごま油,大豆油,で ん粉	とうがん,たまねぎ,人参, たけのこ,長ねぎ,木くら げ,椎茸,生姜,にんにく	トウバンジャン,テンメンジャン (小麦,大豆),濃口醤油
	ポークシューマイ	豚肉	パン粉(小麦),でん粉, 小麦粉,さとう,水あめ	たまねぎ,しょうがペー スト	塩
	みなみよぞら ^{しらたま} 南の夜空フルーツ白玉		カラフルボール(大豆) 月型・星型ゼリーミックス (オレンジ)	県産パイン,みかん,黄桃 (もも)	
県産青果無償提供(パイン80kg)					
15日 (木)	牛乳	牛乳			
	バーガーパン		バーガーパン(小麦, 乳,大豆)		
	しろみぎかな 白身魚フライ	たら	パン粉(小麦,大豆), バター液,大豆油		塩,こしょう
	キャベツマヨサラダ		ノンエッグマヨネーズ	キャベツ,きゅうり,人参	フレンチドレッシング,こしょう
	ベジタブルスープ	鶏肉,無添加ベーコン (豚肉)	じゃがいも	人参,たまねぎ,白菜,セロ リー,しめじ	豚骨(豚肉),塩,こしょう,濃口醬 油,パセリ
16日 (金)	牛乳	牛乳			
	ごはん		米		
	●クーリジシ ^{たまご} (卵)	液卵,豚肉,白かまぼこ	こんにゃく	とうがん,椎茸,ねぎ	花かつお,豚骨(豚肉),濃口醬油, 酒,塩
	とりにく 鶏肉のシークワサー	鶏肉	さとう	シークワサー果汁	濃口醬油,本みりん
	ふうみやき 風味焼 もやし炒め	厚揚げ(大豆),豚肉	大豆油	もやし,人参,にら	濃口醬油,塩
19日 (月)	牛乳	牛乳			
	むぎ ^{むぎ} (麦ごはん)		米,大麦		
	(真)	豚肉	さとう,大豆油,糸こんに ゃく	たまねぎ,人参,ピーマン, 赤ピーマン,黄パプリカ, たけのこ,椎茸	おろししょうが,おろしにんにく, 酒,濃口醬油,本みりん,塩,花かつお
	しまとうふ ^{しる} 島豆腐のみそ汁	油揚げ(大豆),豆腐 (大豆),麦みそ(大 豆)		もやし,人参,長ねぎ,小松菜	花かつお,だし昆布,塩,
	けんさん 県産すいか(中のみ)			すいか	
	ちゅうか 中華ポテト(幼・小のみ)		さつまいも,植物油脂,グ ラニュー糖,水あめ,麦芽 糖,赤糖,加工黒糖,大豆油		
20日 (火)	牛乳	牛乳			
	シマナージュシー	豚肉,チキアギ(大豆), 大豆	米,大麦,大豆油	からし菜,小松菜,人参,椎 茸	ポークブイヨン(鶏肉,豚肉),花 かつお,濃口醬油,うすろしょうゆ, 本みりん,酒,塩
	いわしの ^{はいか} 梅香あげ	いわし	パン粉(小麦),小麦粉, 米粉		梅肉パウダー,塩
	ゴーヤーとモーウイの ゆかり和え	わかめ,ちくわ,糸けずり	さとう	ゴーヤー,モーウイ,人参, 白菜	酢,塩,ゆかり
21日 (水)	牛乳	牛乳			
	(麦ごはん)		米,大麦		
	(タコミート)	豚肉,牛肉,豚レバー,大豆, レンズ豆	大豆油,さとう	人参,たまねぎ,セロリー, ピーマン,マッシュルー ム	赤ワイン,チリパウダー,トマトケ チャップ,トマトペースト,ウス ターソース,塩
	(サラダ)			キャベツ,白菜,人参	
	(チーズ)	チーズ(乳)			
	オニオンスープ	無添加ベーコン(豚肉)	じゃがいも	たまねぎ,人参,セロリー, えのきたけ	豚骨(豚肉),塩,こしょう,濃口醬 油
	シークワサーソルバ		砂糖 水あめ ぶどう糖 果糖	シークワサー果汁	

日	献立名	赤の食品 <small>(おもに体をつくるもとになる)</small>	黄の食品 <small>(おもにエネルギーのもとになる)</small>	緑の食品 <small>(おもに体の調子を整えるもとになる)</small>	調味料
---	-----	--	---	---	-----

揚げ物料理名（揚げ油の使用回数）

- 6月 2日 揚げパン（幼稚園・中学校）
①
- 7月 6日 揚げパン（小学校） ②
- 7月 9日 うむくじ天ぷら ③
- 7月12日 安倍川芋 ④
- 7月15日 白身魚フライ ⑤
- 7月20日 小イワシ梅香あげ（廃油）

6月の休校時に実施できなかった予定献立の内容を7月に振り替えて実施することで、食材業者の在庫等の負担軽減に取り組んでおります。ご協力をよろしくお願いいたします。
6月に予定していました「黒糖アガラー」の提供は9月に実施する予定です。お楽しみに！

～食と子どもの健康展～

検索してみてくださいね♪ オンライン開催



公開期間：令和3年7月中旬～8月末

「沖縄県学校給食会」で検索



- 地場産物を活用した学校給食レシピの紹介
 - 食に関するクイズ
 - 給食ができるまで
 - マンビカー給食ができるまで等（動画）
- ～内容盛りたくさんなので、この機会に学校給食について触れてみてください～

給食レシピがあれば、家でもつくれるね。



給食のことがいろいろわかるよ！
おもしろいよ！



わたしは「給食ができるまで」が見たいさー！

